

ZDROWIE I KOMPENSACJA. PERSPEKTYWA FENOMENOLOGICZNA

Barański J.

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu, Polska

Zdrowie jest doświadczaniem własnego ciała jako zdolnego do przyjęcia pożądaných stanów i do podjęcia oczekiwanych czynności, czyli w pełni swoich dyspozycji psychofizycznych. Tak odczuwane zdrowie jest podstawą poczucia tożsamości, ponieważ zakłada doświadczanie siebie jako całości psychofizycznej, nad którą nadbudowuje się w czasie tożsamość biograficzna. Zdrowie jest zatem źródłem samoidentyfikacji.

Choroba (*illness*) zaś jest naruszeniem jedności *Ja* i jego związku z ciałem, jest jednocześnie zagrożeniem dla obrazu własnej tożsamości, któremu towarzyszy poczucie dezintegracji, poczucie rozpadu jedności między ciałem a *Ja*. To wszelka zmiana, która uniemożliwia doświadczanie siebie jako osoby zdrowej, czyli uniemożliwia doświadczenie, kluczowej dla poczucia tożsamości, „ontologicznej jedności *Ja* i ciała – integralności i pełni”, a nadto „Niesie cierpienie, poczucie obcości (*Unheimlichkeit*) i braku zakorzenienia w świecie”. Choroba to poczucie utraty kontroli nad sobą, zachwiania egzystencjalnego, któremu towarzyszy niepokój, lęk i dezorientacja. Choroba jest zatem ograniczeniem zdolności człowieka „do jego integracji, wyrażając się często poprzez alienację, a nawet depersonalizację”.

Doświadczanie zdrowia ma jednak dwojakie oblicze. Jest odczuwaniem swoich zdolności psychofizycznych jako będących w dyspozycji indywiduum dla realizacji własnych zamiarów i pragnień; jest również – za sprawą społecznych wymagań – intencjonalnym oczekiwaniem, aby stany oraz czynności ciała i psychiki uległy owym wymaganiom. Ograniczenia tych dyspozycji lub niezdolność do spełnienia stawianych sobie wymagań psychofizycznych są interpretowane przez indywiduum jako choroba.

Z perspektywy fenomenologicznej choroba (*illness*) jest dyskomfortem obejmującym całość psychofizyczną – to bolące *Ja*. Ból bądź ograniczenia dyspozycji ciała i psychiki są tym doświadczeniem siebie, które narusza pamiętany i oczekiwany intencjonalny obraz ciała. Ból jest ciałem „doświadczanym w bolesny sposób”, podważając odczucie ciała jako czegoś własnego, należącego do *Ja*. Ból, ograniczenie dyspozycji, jest transcendentny, „całkowicie pozbawiony intencjonalności”, doświadczany jako obcy ciału i narzucający to poczucie obcości na ciało.

Zdrowie i kompensacja

Współczesna kultura określa ludzką egzystencję, a szczególnie jej aspekt cielesny, jako pełen deficytów, ograniczeń, niedostatków i zagrożeń. Nie pomaga w tym „definicja” zdrowia WHO – „Zdrowie to nie tylko brak choroby, lecz również pełny dobrostan jednostki w sensie biologicznym, psychicznym, społecznym”, ponieważ zawiera w sobie absolutystyczne pragnienie (roszczenie) zakładające możliwość osiągnięcia idealnego stanu zdrowia: w ujęciu tym „nadmiernie inkluzywny („holistyczny”) charakter umożliwia medykację

niemal każdego aspektu życia społecznego”. Co oznacza, że trwale nosimy poczucie bycia chorym albo zagrożenia chorobą. Ten deficyt egzystencji wymaga właśnie kompensacji.

Zdrowie jest więc nie tylko brakiem choroby (*disease*) i dobrostanu człowieka, ale przede wszystkim umiejętnym sposobem kompensowania przez niego jakichkolwiek egzystencjalnych, w tym i psychofizycznych deficytów po to, aby zapewnić sobie trwałość i możliwości do osiągnięcia komfortu. Dlatego współczesny człowiek to przede wszystkim *homo compensator*, kompensujący wszelkie zło, jakie go dotknęło: absencje zdolności, niepowodzenia, dolegliwości, ból – cokolwiek, co uzna za przyczynę złego samopoczucia, aby uzyskać poczucie radości życia, nosić w sobie przeświadczenie o sprawowaniu kontroli nad własnym życiem, dysponować poczuciem jedności *Ja* i ciała.

Jeśli więc pojawiają się jakiegokolwiek deficyty zdrowotne, jednostka podejmuje starania, aby je kompensować. Jeśli niemożliwe było osiągnięcie pożądanego stanu psychofizycznego bądź nastąpiła utrata tego stanu; jeśli niemożliwe było uzyskanie określonego pożądanego przez jednostkę dobra bądź nastąpiła jego utrata, sposobem zaradzenia tej sytuacji jest strategia kompensacji. To strategia odciążenia za dolegliwości, obciążający emocjonalnie brak, który jednostka odczuwa jako zło egzystencjalne.

Zdrowym jest przeto nie ten, który łatwiej się adoptuje do zastanych lub narzuconych przez otoczenie społeczne wymagań, ale ten który umiejętnie kompensuje braki tej adaptacji, zdejmując z siebie odium nieszczęścia, złego samopoczucia, dolegliwości, a nawet choroby. Im bardziej bowiem rosną wymagania społeczne, tym słabsza jest adaptacja społeczna jednostki, tym również większy zakres nieadekwatnych zachowań i tym gorsze samopoczucie, tym większe poczucie deficytów psychofizycznych.

O ile jednak adaptacja społeczna jest procesem uspołecznienia, w którym jednostka biernie uczestniczy, adekwatnie lub nie reagując na oczekiwania społeczne, narzucone role i normy otoczenia społecznego, to proces kompensacji deficytów wynikających z niepowodzeń adaptacji społecznej (rozumianych jako niemożność realizowania partykularnych celów jednostki pomimo spełnienia przez nią oczekiwań społecznych) zakłada sprawczość i refleksyjność indywiduum. Jednostka kalkuluje, w jaki sposób przeformułować własne cele; zmodyfikować swoje postawy i działania; wywołać bądź utrwalić pożądane stany psychofizyczne; przeobrazić swój wygląd i aktywność życiową, aby niepowodzenia kompensować doznawaniem przyjemnych przeżyć, doświadczaniem sukcesu, społecznego prestiżu, poczuciem samozadowolenia. Racjonalizuje również osiągnięte rezultaty swoich działań, konsekwencje wyborów, aby przedstawić je sobie jako zamierzone wcześniej cele. Jeśli tym wysiłkom jednostki towarzyszą pożądane stany emocjonalne, ma ona poczucie satysfakcji, a nawet szczęścia. Pragnie zarządzać swoimi stanami psychicznymi i fizjologicznymi. To nowoczesne zarządzanie tożsamością i projektowanie siebie: *Ja*, wraz z komponentem cielesnym tożsamości, jawi się jako przedmiot wyborów własnych odczuć, emocji, pamięci i wyobrażeń, zdolności i umiejętności. Zdrowie, jak i sposób jego doświadczania, staje się opcją własnych przekonań, potrzeb, pragnień i wartości.